



第五地区心潤う豊かなまちづくり協議会

2016

協議会 だより

第34号

平成28年1月1日発行

■発行 第五地区心潤う豊かなまちづくり協議会/会長：高見澤忠明

■編集 総務広報部会 広報委員

謹賀新年

本年もよろしくお祈りします！

第五地区の皆さま、新年明けましておめでとうございます。

皆さまにおかれましては、ご健勝にて新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

日頃から「第五地区心潤う豊かなまちづくり協議会」にご理解とご支援を賜り厚くお礼申し上げます。

私どもの住む第五地区は中心市街地に位置し、昨年3月には新幹線の金沢延伸がスタートし駅舎も一新され、駅一帯が大きく変貌しました。4月からの善光寺御開帳は大変な賑わいで、目標の700万人を上回る参拝客を記録し、今後も一層の発展が期待されます。

住民自治協議会も今年は発足7年目を迎えます。最近では鬼怒川水害など突然の自然災害に襲われ、各地で大変な被害を蒙っております。地域の皆さまによる横のつながり、住民自治協議会の役割を再認識し、第五地区のキャッチフレーズであります「誰もが 何時でも 居心地よく」の実現を目指して、今年も安心・安全な住み良いまちづくりに取り組んでまいります。

また、福祉に関しましては、「自分たちのまちは、自分たちでつくる」精神で独居老人や体が不自由なお年寄りなどに手を差し延べ、住み良い第五地区を目指して「地域福祉活動計画」の策定に取り組んでまいります。

本年もたくさんの課題がありますが、皆さまのご支援・ご尽力を賜り、第五地区が更に発展しますようご協力の程お願い申し上げます。本年も皆さまにとって良い年でありますようご祈念申し上げます。

第五地区心潤う豊かなまちづくり協議会 会長 高見澤 忠明



総務広報部会

マイナンバー説明会

～手続きがはじまりました～



昨年10月から国民一人ひとりに12桁のマイナンバー（個人番号）が通知されました。

1月から国民に番号を割り当てて年金、雇用保険、医療保険の手続き、生活保護や福祉の給付、確定申告などの手続きを国の行政機関や地方公共団体などにおいて、法律で定められた事務に限って活用されます。

9月4日（金）に南石堂町公民館で地域住民の方35名が参加して長野市役所 市民窓口課 山岸課長補佐からこのマイナンバー制度の仕組みや手続き、利用によるメリットなどの説明をお聞きしました。

国や地方公共団体で分散管理する情報の連携がスムーズになり、公平・公正な社会の実現、国民の利便性の向上、行政が効率化され、国民の行政ニーズに、これまで以上に対応できるようになるとのことです。

参加した皆さんは熱心に研修され、導入に伴い不利になることはないかなど、質問もたくさんされておりました。

第五地区からのお知らせ

平成27年度 長野市表彰式について

表彰	功績の概要	氏名(敬称略)
地域自治功労表彰	住民自治協議会の会長、副会長、部会長その他これらと同等以上の職に通算して10年以上在職した方	高見澤忠明
社会福祉功労表彰	10年以上民生・児童委員の職にあった方	稲田 徹子 須田 荘一郎

昨年10月19日（月）に、市政の運営に多大な貢献をし、優れた功績のあった個人や団体を表彰する式典が、長野市役所で執り行われました。

第五地区で受賞された方は、左記のとおりです。

生涯学習青少年育成部会

国立長野高専視察研修

～世界で活躍できるエンジニアを目指して～

長野市徳間にある国立長野高専を、10月14日（水）に視察研修しました。まず、戸谷順信機械工学科教授から学校の概要のレクチャーを受けたあと、機械・電気電子・電子制御・電子情報・環境都市各工学科を見学しました。

高専は全国に51校あり、同校は昭和37年に開校し今年で54年になります。高専は高校と大学の両方にまたがる年齢段階の学生に対し、5年一貫の特色ある教育を行う学校として、我が国の科学技術と産業の発展を支える人材を育てることを目的に、実験・実習を重視した質の高い教育システムで、卒業生の活躍とあいまって社会から高く評価されています。

中学校卒業段階の生徒が高等専門学校で5年間勉学して、ここで就職する人と更に上の専攻科に進学する人、信大・筑波大などに編入学する人がいます。専修科修了者は更に上の大学院（修士課程）へと進み、それぞれ世界で活躍できる開発型エンジニアとして社会に出ていきます。



平成26年度の卒業生の進路状況は、編入学・進学43.5%、県内就職27.6%、県外就職26.3%だそうです。

長野高専の求人倍率は平成27年3月末は28.3倍で、引く手あまたのラブコールで、就職率100%、進学率も100%の実績を残しています。

長野高専は、課外活動でロボット制作・ソーラーカー研究・ガソリン1Lで1,000km走るエコノパワーなどに取り組んでおり、ロボットコンテスト、プログラミングコンテスト、ソーラーカー大会に参加して、好成績を収めていることでも有名です。



元気で輝かしい未来を切り拓いていく、学生のはつらつとした勉学などに取り組む様子を視察研修し勉強になりました。

元気で輝かしい未来を切り拓いていく、学生のはつらつとした勉学などに取り組む様子を視察研修し勉強になりました。



健康福祉環境部会

男の料理教室

～自分でつくる晩酌のお供～

男の料理教室は今回で4回目を迎え、今回は生姜焼きと豚汁の調理を習いましたが、参加者からたまには自分で晩酌のおつまみを調理して女房に自慢したいとの声がありましたので、10月19日（月）にAB AB（アブアブ）笠原オーナーシェフの指導で、中部公民館第五分館調理室で総勢20名が参加して実習しました。



笠原講師に考えていただいたメニュー、焼き鳥（ねぎま）、しいたけ（つまみ風）焼き、豚肉と大根の炒め物ピリ辛風、ししとう焼き、やきそばの5品で実習しました。

調理方法は、例によって調味料等はグラムとかスプーン何杯とかは言わず、そのときの自分の感覚で味付けをする。味付けは少し薄味に、つまんでみて薄いと思ったらあとで調味料を加えるなど、笠原流男の料理のアドバイスをいただきました。



全員がそれぞれ焼く人、野菜をカットする人など、分担して和やかに調理に挑戦しました。

出来上がった料理を試食しましたが、どの料理もビックリするほど美味しく出来上がり、皆さん自分たちが作った料理に感心し、堪能しておりました。笠原講師は「家庭で何回か作ってみて自分の味に仕上げ、奥さんの味ばかりでなく、自分の味も楽しんで作って女房に自慢してください」とのことでした。



いきいき元気！健康アップ術 ～自分の健康は自分で守る、健康体操～

誰もが明るく元気で、健康な毎日が過ごせるよう、日常の運動不足の解消や健康増進、生活習慣病を予防するために、健康体操講習会を開催しました。

10月6日（水）に南石堂町公民館に、「からだの楽校（がっこう）」健康運動指導士の徳武有紀講師をお迎えして、比較的高齢の地域住民35名が参加して講師の指導でからだを動かしました。

徳武講師は体をゆるく整えるということ、10年位前に開発されてこれを中心に活動されており、講師自身の体も改善されたそうです。生活の中で自分の体のどこをどうしたら良いかのコツを、まず椅子に腰かけて実習しました。膝とか腰が楽になる方法はこのコツを家でも行う習慣をつけることが大切だそうです。

骨盤の下にある坐骨で座り、背骨をまっすぐ頭のてっぺんまで筋を真直ぐ中心軸を伸ばす感じで、息を大きく吐いて、お腹を凹ます感じで座ることが正しい座り方だそうです。

そして、歩く時は膝が前を向くように意識してお腹を凹まして左右の足を出して歩くと、身体が楽に動き腰や膝に負担がかりません。腰痛は冷えが原因になることが多いようです。暖めることで改善でき、特に足首を暖めると効果的だそうです。次いで、仰向けに寝て背中筋の使い方、腰回りの筋の使い方のコツを習いました。緩急をつけて、身体のバランスを取るコツを覚えると、身体の不具合がどんどん少なくなっていきます。姿勢が良くなったり、身体が動きやすくなると、動いてみようという意欲が出てきて、活動量が増えていきます。

体の芯を整え、動きやすい体をつくることを体験して、参加者からは「肩が楽」「腰がスッキリ」「体が軽い」という声が多く聞かれました。日常生活の中で、意識してこのコツを取入れることで、体のバランスが整えられます。



各町からのお知らせ

南石堂町
より

蟻の市開催 ～60回目を迎えた夏の風物詩～

毎年恒例の『蟻の市』は60回目を迎え、南石堂町商店街振興組合主催で7月30日（木）、31日（金）の2日間日中の暑さもいづらか和らぐ夕方から開催されました。商店街の駐車場に、今年は客席を150席増やして750席に増設しました。

会場内には、ビアガーデン、子どもたちの「蟻んこ村」にはポップコーン、かき氷、射的、綿あめ、金魚すくいなどが提供され、「街なか市場」では新鮮な朝採り野菜、化粧品、植栽、衣料品など数多く出店して買物客を集めておりました。

60回記念として特別企画で、6,000円の商品券が60名に当たる抽選コーナーを設け、大勢のお客が並んで、抽選機を回しておりました。



初日は、開店の5時前にはすでに大勢のお客が訪れて、良く冷えた生ビールとおつまみでのどを潤し、仲間と歓談しており、明かりが灯される頃には、会社帰りのサラリーマン・OLなどで客席はほぼ満席に近い状態となり、特設ステージでの各種演奏などで真夏の夜のひとときを楽しんでおりました。

協議会だより第33号でお知らせしましたが、中山間地の住民自治協議会と平坦地（市街地）の住民自治協議会の交流を促進し、相互の活性化及び理解促進を図ることを市が推奨しております。第五地区は信州新町との交流を指向し、今回は名物のラム肉「ジンギスカン」をプロの手で焼きあげて会場で販売し、朝採りの新鮮な野菜の店頭販売にご協力いただき、大変好評を得ました。今後もお互いに地域間交流を促進してまいります。



各町からのお知らせ

北石堂町
より

秋葉神社・たまとり稲荷祭礼

北石堂町の秋葉神社と、刈萱山西光寺境内のたまとり稲荷の秋祭りが9月5日（土）の夜執り行われました。

この秋葉神社は、祭神は火防火伏せの神として広く信仰されております。

参拝客には午後7時から火防之神璽と富くじ券が配布され、8時30分からの抽選にはたくさんの賞品が準備され、大勢の子どもたちは時間前から抽選の順番を待っておりました。



神社前の山王通りには、長机と椅子が用意され参拝客にはお神酒が振舞われ、焼き鳥などおつまみも販売されて、大勢の人が雑談しながら楽しんでおられました。

町内では各家庭・商店で神楽舞が奉納され、通りには笛・太鼓の音と、川柳と絵が描かれた地口灯籠が飾られ、お祭り気分を盛り上げておりました。

また、たまとり稲荷はライトアップされて、大勢の参拝客に家内安全・商売繁盛・縁結祈願のお札と富くじ券が配られ、賑やかな秋祭りとなりました。



中御所
より

第64回 中御所町民大運動会

～皆さん一生懸命がんばりました～

10月12日（月）の体育の日に中御所町民大運動会が、一昨年は豪雨に見舞われ中止となりましたが、快晴に恵まれ、幼児から長生会の高齢者まで町民が大勢参加して、盛大に開催されました。

幼児向けから小中学生向け、他に全員が参加できる32もの競技種目が用意されました。この運動会の名物競技になっている「釣ってビックリ」は10人1組で13回も行われ、シーチキン缶詰を釣り上げて、それぞれ1～3位までの入賞者は賞品をもらって大喜びでした。



午前の部の最後には、裾花小学校のポプラマーチングバンドの皆さんが、各種大会で常時好成績を収めている見事な演技を披露し、観衆は大きな拍手を送っておりました。

午後の部は団体競技が行われました。全員参加の「玉入れ」「綱引き」はそれぞれ2回ずつ行われ、両者とも1対1の好勝負で引き分けました。



最後に恒例の「抽選会」が行われ、たくさんの賞品が用意され、これに当選した方は自慢げに授与されておりました。

この運動会は、役員ならびに関係者の皆さんが7月から多くの開催種目を入念に準備され、競技もスムーズに進行し、統制がとれた大会となりました。



事務局

第五地区の活動にご意見、ご提案がありましたら、各町の区長さんまたは、事務局にお問い合わせ下さい。

〒380-0833

長野市大字鶴賀権堂町2201番地20

権堂イーストプラザND 1階 第一から第五地区合同事務所

TEL 262-1512 (FAX共通)

メール dai5@feel.ocn.ne.jp